

Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

2

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Macaronis complets à la norma bio gratinés 🌿🌱
 Chou cabus aux pommes de terre et à l'ail 🌿🌱
 Merlu au four avec du citron
 Nem végétarien sauce aigre-douce
 Champignons aux haricots verts issus de l'agriculture biologique sautés 🌿
 Yaourt bio local 🌱📍
 Fruit de saison 🍌

3

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Brocoli eco sautés à l'ail et oignons 🌿
 Vichisoise bio 🌿🌱
 Ragoût de poulet 📍
 Oeufs dur à la sauce tomate frite
 Semoule de blé complet bio 🌿
 Fromage
 Fruit de saison 🍌

4

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Salade de riz avec tomate, olives et maïs issu de l'agriculture biologique 🌿🌱
 Salade campagnarde
 Flamenquines au jambon et fromage
 Feuilleté au fromage et aux épinards
 Tomate rôtie bio 🌿🌱
 Fromage
 Fruit de saison 🍌

5

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Soupe d'étoiles
 Carottes et patates douces au four 🌿🌱
 Omelette aux épinards
 Falafels à la sauce au yaourt biologique 🌿
 Ratatouille 🌿🌱
 Fruit de saison 🍌

6

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Salade d'haricots blanc écologiques 🌿🌱
 Macédoine de légumes poêlés
 Escalope de poulet rôtie au citron 📍
 Wok de nouilles chinoises aux légumes 🌿
 Pommes de terre frites 🌿
 Yaourt bio local 🌱📍
 Fruit de saison 🍌

9

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

09 JUIN

sodexo

10

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Riz blanc à la sauce tomate
 Potiron eco au four parfumé au thym 🌿
 Suprême de merlu à la galicienne
 Flan de légumes de saison 📍
 Petits pois issus de l'agriculture bio sautés au beurre 🌿
 Yaourt bio local 🌱📍
 Fruit de saison 🍌

11

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Salade de tomate au fromage frais 🌿🌱
 Haricots verts eco poêlé 🌿
 Boulettes de soja sauce tomate
 Boulettes de boeuf en sauce 📍
 Semoule de blé complet bio 🌿
 Fromage
 Fruit de saison 🍌

12

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Bio lentilles braisées aux légumes 🌿🌱
 Salade tiède de blé tendre aux légumes rôtis 🌿🌱
 Cordon bleu de dinde
 Galette de carotte
 Courgette bio au four 🌿🌱
 Fromage
 Fruit de saison 🍌

13

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Nouilles à la carbonara
 Salade russe
 Omelette
 Filet de porc au four 📍
 Brocoli eco cuit à la vapeur 🌿
 Yaourt bio local 🌱📍
 Fruit de saison 🍌

16

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Risotto aux champignons
 Houmous de pois chiches bio et crudités 🌿🌱
 Omelette de courgettes
 Croquettes d'épinards
 Chou-fleur bio à l'ajilimójlil 🌿
 Fromage
 Fruit de saison 🍌

GRÈCE 🇬🇷

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Salade grecque avec tomates bio 🌿🌱
 Tzatziki 🌿
 Souvlaki 📍
 Moussaka gratinée 📍
 Fasolakia 🌿
 Yaourt bio local 🌱📍
 Fruit de saison 🍌



18

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Salade de laitue, croûteons, pomme et carotte à la sauce au yaourt bio 🌿🌱
 Légumes grillés 🌿
 Trinxat de la cerdagne 📍
 Suprema de salmón a la plancha 📍
 Haricots secs issus de l'agriculture biologique 🌿
 Fromage
 Fruit de saison 🍌

19

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Salmorejo à la tomate issue de l'agriculture biologique, garni de jambon et d'œuf 🌿🌱
 Courgettes en tempura à la sauce thai 🌿
 Cabillaud à la provençale
 Oeufs brouillés au tofu issu de l'agriculture biologique 🌿
 Pommes de terre au four 🌿
 Fruit de saison 🍌

20

Kcal	HC	Lip	Prot
█	█	█	█

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Brocoli eco sautés à l'ail et oignons 🌿
 Salade coleslaw 🌿🌱
 Macaronis sauce bolognaise aux lentilles et à la citrouille bio 🌿
 Saucisse à la plancha 📍
 Pâtes sautées
 Yaourt bio local 🌱📍
 Fruit de saison 🍌

Tous nos plats sont assaisonnés de sel iodé.

Les portions de nourriture servies seront ajustées en fonction de l'âge des élèves, de manière à garantir qu'ils reçoivent

des quantités appropriées pour leur groupe d'âge. De plus, les élèves auront la possibilité de se resservir des entrées et des accompagnements s'ils le désirent.

Pour toutes les personnes souffrant d'allergies, d'intolérances alimentaires ou nécessitant un régime alimentaire particulier, un menu adapté à leurs besoins sera proposé.

*Menu ELEMENTAIRE



Produit de proximité



Produit bio



Produit de saison



Fait frais



Produit frais



Lundi

Mardi

Mercredi

Jeudi

Vendredi

23

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Poêlée de petits pois bio au jambon 🌿🍖📍
 Artichauts poêlés
 Pilons de poulet marinés au miel, au romarin et au citron 📍
 Falafels à la sauce au yaourt biologique 🌿
 Riz au curry
 Yaourt bio local 📍🌿
 Fruit de saison 🌞

24

Kcal HC Lip Prot

24 JUIN

25

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Salade de légumineuses bio au quinoa 🌿🌱🌞
 Vichisoise bio 🌿📍
 Omelette de pommes de terre
 Ragoût de boeuf 📍
 Aubergine bio au four 🌿📍
 Fromage
 Fruit de saison 🌞

26

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Macaronis sauce tomate
 Ensalada nicoise
 Limande farinée
 Oeufs dur à la sauce tomate frite
 Courge bio rôtie 🌿
 Gâteau au citron 🍰
 Fruit de saison 🌞

27

Kcal HC Lip Prot

Buffet de salades biologiques 🌿🌱
 Salade de tomate bio au fromage frais 🌿📍
 Chou-fleur bio à l'ail 🌿
 Steak haché grillé 📍
 Steak haché de volaille grillé 📍
 Pommes de terre frites 🌞
 Yaourt bio local 📍🌿
 Fruit de saison 🌞

30

Kcal HC Lip Prot

30 JUIN

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

Kcal HC Lip Prot

50%
DE VITAMINES
ET MINÉRAUX
Légumes



25%
DE PROTÉINES
Légumineuses, poisson,
viande, oeuf

25%
D'HYDRATES
DE CARBONE
Pomme de terre,
pâtes et riz

Si tu as dejeune:	Il est recommande de diner:
LÉGUMES CUISINÉS	CRUDITÉS
CRUDITÉS	LÉGUMES CUISINÉS
LÉGUMINEUSE	VIANDE / POISSON / OEUF
VIANDE	POISSON / OEUF / LÉGUMINEUSES
POISSON	VIANDE / OEUF / LÉGUMINEUSES
OEUF	POISSON / VIANDE / LÉGUMINEUSES
POMME DE TERRE	PÂTES / RIZ
PÂTES / RIZ	POMME DE TERRE



En compagnie de notre
 Chef Exécutif Pepe Rodríguez,
 découvrez comment Sodexo
 instaure les normes
 de qualité et de sécurité les plus
 strictes dans les cantines :

